

**Пашкова М. А.,**

студент-специалист

**Тимофеева И. В.,**

канд. пед. наук, доц.

## **РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА НА ЗАНЯТИЯХ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

Ежегодно в Екатеринбурге и Свердловской области рождаются 40–50 детей с синдромом Дауна. Актуальной остается проблема развития и коррекции нарушений двигательной сферы детей с данной генетической мутацией. Разработанная методика адаптивного физического воспитания, основанная на игровом методе ТЕАССН, поможет детям с синдромом Дауна улучшить двигательные навыки и эмоционально-волевую сферу, что в будущем будет способствовать их успешной социализации.

*Ключевые слова:* дети с синдромом Дауна, двигательные навыки, адаптивное физическое воспитание

**Pashkova M. A.,**

specialist

**Timofeeva I. V.,**

candidate of pedagogical sciences,

associate professor

## **DEVELOPMENT OF MOVEMENT SKILLS IN CHILDREN WITH THE DOWN SYNDROME ON CLASSES IN ADAPTIVE PHYSICAL TRAINING**

Annually in Ekaterinburg and the Sverdlovsk region, 40–50 children are born each year with this genetic anomaly. The problem of development and correction of motor disorders in children with Down's syndrome remains topical. The developed method of adaptive physical education, based on the game method of TEACCH, will help children with Down syndrome improve motor skills, emotional and volitional sphere, which in the future will contribute to successful socialization in society.

*Key words:* children with Down's syndrome, motor skills, adaptive physical education

В мире отмечена тенденция к росту количества детей с ограничением жизнедеятельности. Одним из важнейших социальных и медицинских показателей, актуальность которого возрастает на современном этапе развития общества, является инвалидизация детского населения. По статистике свердловской региональной общественной организации инвалидов «Солнечные дети», которая была учреждена в 2008 году, в Екатеринбурге насчитывается более 350 семей, имеющих детей с данным синдромом. Ежегодно в Екатеринбурге рождаются 40–50 детей с данной генетической аномалией.

Известно, что синдром Дауна является дифференцированной формой психического недоразвития, отличающейся существенным полиморфизмом как в клинической картине, так и в проявлениях физических, психических, интеллектуальных и эмоциональных качеств. В настоящее время достаточно актуальной остается проблема развития и коррекции нарушений двигательной сферы детей с синдромом Дауна. Многие авторы отмечают у детей с синдромом Дауна диспластичность фигуры, общую мышечную гипотонию, повышенную истощаемость. У многих детей с синдромом Дауна в большей степени нарушена общая моторика. Эффективность решения названной проблемы определяется многими условиями, в том числе и дальнейшим изучением специфики структуры дефекта у различных категорий детей, коррекция двигательного развития через адаптивное физическое воспитание [1].

Обзор исследований особенностей двигательного развития детей с синдромом Дауна показал, что эти дети имеют явное отставание в двигательном развитии, которое обусловлено как общей гипотонией, так и сниженной мотивацией. Качественное отличие и темповая задержка характеризуют освоение каждой вехи двигательного развития, включая сидение, ползание, ходьбу, координацию тела, навыки тонкой моторики. Все авторы выделяют тенденцию к увеличению отставания двигательного развития с возрастом ребенка. Наряду с этим отмечается, что двигательная терапия и программа раннего вмешательства, включающая направленность на развитие мышечного контроля и реакций равновесия, способны значительно ускорить двигательное развитие ребенка и приобретение им основных двигательных возможностей [2]. Специфических методов коррекции пока не существует. Однако комплексная медикаментозная терапия в сочетании с адаптивным физическим воспитанием, массажем, педагогическим воздействием, занятиями с логопедом и дефектологом способствуют гармоничному развитию детей с синдромом Дауна [3].

Исследование проводилось на базе свердловской общественной организации «Солнечные дети» г. Екатеринбург в период с сентября 2017 года по март 2018 года. Экспериментальной площадкой была выбрана Свердловская региональная общественная организация инвалидов «Солнечные дети», председателем которой является Т. И. Черкасова.

В эксперименте участвовали восемь детей в возрасте трех лет, имеющих основной диагноз «синдром Дауна» и сопутствующие заболевания: легкие пороки сердца, нарушение зрения и слуха. Контроль и анализ физических возможностей детей с синдромом Дауна осуществлялись методом тестирования навыка ходьбы, бега, прыжка, остановки и ловли мяча, бросания мяча, удара по мячу предметами, удара по мячу ногой.

Рассмотрим методику коррекции двигательных нарушений у детей с синдромом Дауна [8]. Суть предлагаемой методики коррекции основных двигательных нарушений у детей заключается в разработке комплексов упражнений, направленных на формирование основных двигательных навыков с использованием игрового метода ТЕАССН (*Teaching children with Autism to Mind-Read*). Данная методика подразумевает групповые занятия. Занятия по данной методике целесообразно проводить два раза в неделю (например, вторник и пятница). Важно, чтобы интервал между занятиями был примерно одинаковый. Продолжительность занятия должна составлять 30–40 минут. Количество детей в группе — 6–8 человек, каждого ребенка должен сопровождать взрослый. Занятия соответствуют постоянной структуре, внутри которой происходят изменения.

Начало и конец занятий, а также смена видов деятельности четко определены, очевидны для ребенка и образует своеобразную рамку, внутри которой он чувствует себя безопасно и уверенно. В помещении, где проводятся занятия, есть постоянные зоны, что облегчает детям ориентировку в пространстве.

Занятие должно содержать три части: вводную, основную и заключительную.

Вводная часть состоит из приветствия, самомассажа под музыкальное сопровождение и прохождение «полосы препятствий» с использованием различного инвентаря (массажных ковриков и мячей, скамеек, обручей, фишек, туннелей и т. д.).

В основной части занятия упражнения подбираются таким образом, чтобы при формировании или развитии определенного навыка также предъявлялись требования к способностям ребенка из других сфер. Каждое действие разучивается с ребенком отдельно, затем действия соединяются в цепь, образуя сложное действие. Взрослый не пы-

тается давить на ребенка, а достаточно спокойно и уверенно управляет его деятельностью. Правильные действия закрепляются до автоматизма, неправильные — корректируются. Для каждого ребенка составляется индивидуальный план поэтапного развития. Он может осваивать одновременно 2—3 навыка, не связанных между собой, однако тренер выстраивает четкую систему усложнения и поэтапного освоения новых двигательных навыков [4].

В условиях группового занятия важно подать материал так, чтобы каждый ребенок был частью коллектива и имел возможность для индивидуального развития. Поскольку дети с синдромом Дауна лучше всего усваивают материал визуально, важно, чтобы каждый ребенок хорошо видел тренера и остальных детей.

В данной методике учтены особенности речевого развития, характерные для данного возрастного этапа, и особенности развития памяти у трехлетних детей с синдромом Дауна.

#### *Результаты исследования.*

По результатам первичного исследования выяснилось, что базовые навыки (прыжки, остановка и ловля мяча, а также бросание мяча) вызывают сложности в овладении. Таким образом, при построении плана занятия нужно делать акцент на упражнения, которые будут формировать данные навыки.

Ниже представлены результаты использования методики, графики, сравнения средних значений степени формирования двигательных навыков (табл. 1).

*Таблица 1*

#### **Результаты исследования после эксперимента**

№ п/п	И. Ф.	Степень формирования базового навыка						
		Ходьба	Бег	Прыжки	Остановка и ловля мяча	Бросание мяча	Удары по мячу предметами	Удары по мячу ногой
1.	Катя П.	2	2	1	1	2	2	2
2.	Софья Б.	2	1	2	1	1	2	2
3.	Кирилл П.	2	2	1	1	1	1	2
4.	Витя Р.	1	2	2	2	2	2	2
5.	Алена К.	2	2	1	2	2	2	2
6.	Сережа Б.	2	2	1	2	2	2	2
7.	Ян Б.	2	2	2	1	1	2	2
8.	Тимур А.	2	1	1	0	1	1	1
Среднее значение		1,87	1,75	1,37	1,25	1,5	1,75	1,87

Полученные результаты свидетельствуют о том, что средние показатели улучшились, но такие навыки, как прыжки, остановка, ловля и бросание мяча, нуждаются в особом внимании. Они связаны с координацией и равновесием и представляют сложность для детей с синдромом Дауна, поэтому при построении плана занятий нужно включать больше подобных упражнений.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Поле Е. В. Синдром Дауна. Факты / сост. Е. В. Поле. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2012. — 40 с.: ил.
2. Лаутеслагер Петер Е. М. Двигательное развитие детей раннего возраста с синдромом Дауна. Проблемы и решения / пер. с англ. О. Н. Ертановой при уч. Е. В. Ключковой. — М. : Монолит, 2003. — 344 с.
3. Поле Е. В., Житянова П. Л., Нечаева Т. Н. Формирование основных двигательных навыков у детей с синдромом Дауна. Практические рекомендации для родителей. — М. : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2013. — 68 с.
4. Уиндерс Патриция С. Формирование навыков крупной моторики у детей с синдромом Дауна : Руководство для родителей и специалистов / пер. с англ. Н. С. Грозной. — 2-е изд. — М. : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2011. — 294 с.

#### **LIST OF REFERENCES**

1. Pole E. V. (comp. and ed.) (2012). Sindrom Dauna. Fakty [Down syndrome] 2nd edition, revised and enlarged. Moscow, "Downside Up" Charitable Foundation, 40 p. (In Russ.).
2. Lauteslager Peter E. M. (2003). Dvigatel'noe razvitie detej rannego vozrasta s sindromom Dauna. Problemy i resheniya [Motive development of children of early age with a Down syndrome. Problema and Decision]. The lane from English O. N. Ertanova with the assistance of E. V. Klochkova. Moscow, «Monolit» Publishing house, 344 p. (In Russ.).
3. Pole E. V., Zhiyanova P. L. & Nechaeva T. N. (2013). Formirovanie osnovnyh dvigatel'nyh navykov u detej s sindromom Dauna. Prakticheskie rekomendacii dlya roditelej [Formation of basic movement skills at children with a Down syndrome. Practical recommendations for parents]. Moscow, "Downside Up" Charitable Foundation, 68 p. (In Russ.).
4. Uinders, Patriciya S. (2011). Formirovanie navykov krupnoj moto-riki u detej s sindromom Dauna: Rukovodstvo dlya roditelej i specialistov [Formation of skills of large motility at children with a Down syndrome: The management for parents and Experts]. The lane with English N. S. Groznaya, 2nd edition. Moscow, "Downside Up" Charitable Foundation, 294 p. (In Russ.).